



**University of
Zurich**^{UZH}

**Zurich Open Repository and
Archive**

University of Zurich
University Library
Strickhofstrasse 39
CH-8057 Zurich
www.zora.uzh.ch

Year: 2011

Zwischen Lachen und Ausgelachtwerden: Einblicke in die Psychologie des Humors

Ruch, Willibald

Abstract: Ohne Humor, Spass, Witz und Spott ist das Miteinander von Menschen nirgendwo auf dieser Welt vorstellbar. Welche Erkenntnisse liefert hierzu die moderne Humorforschung? Was ist bereits gut erforscht und wo gibt es noch unerschlossene Gebiete, die es zu entdecken gilt?

Posted at the Zurich Open Repository and Archive, University of Zurich

ZORA URL: <https://doi.org/10.5167/uzh-51378>

Journal Article

Published Version

Originally published at:

Ruch, Willibald (2011). Zwischen Lachen und Ausgelachtwerden: Einblicke in die Psychologie des Humors. *Forschung Lehre*, (11):14-16.

Forschung & Lehre

Willibald Ruch

Zwischen Lachen und Ausgelachtwerden

01 | Januar 2011

Ohne Humor, Spass, Witz und Spott ist das Miteinander von Menschen nirgendwo auf dieser Welt vorstellbar. Welche Erkenntnisse liefert hierzu die moderne Humorforschung? Was ist bereits gut erforscht und wo gibt es noch unerschlossene Gebiete, die es zu entdecken gilt?

Den Beginn der modernen Humorforschung kann man mit ca. 1970 datieren, als sich die zwei amerikanischen College-Studenten Jeffrey Goldstein und Paul McGhee auf die Suche nach Autoren für ihr geplantes Herausgeberwerk „The Psychology of Humor“ machten, das schließlich 1972 erschien. Sie hatten einige Schwierigkeiten, passende Autoren zu finden, und mussten sich auf der Suche nach Gleichgesinnten oftmals auf das Hörensagen verlassen. Dennoch ist ein stattliches Pionierwerk entstanden. Nicht verwunderlich, „Humorforschung“ beschäftigte sich während der sogenannten „kognitiven Wende“ hauptsächlich mit der Analyse der Informationsverarbeitung von humorigen Stimuli wie Witzen und Cartoons. Die spielerische Verarbeitung von Inkongruenz, die teilweise oder vollständige Lösung derselben, aber auch die Stellung des Rezipienten gegenüber Tätern und Opfern in herabsetzenden Witzen war ein beliebter Forschungsgegenstand. Die subjektive Beurteilung der Lustigkeit von Witzen stand im Zentrum, Lachen und Lächeln wurden dem Urteil als „objektive Indikatoren“ der Lustigkeit zur Seite gestellt, und Daniel Berlyne erforschte Aktivierungsprozesse als Teil der Reaktion; diese drei Ebenen des Verhaltens, Erlebens und physiologischer Prozesse wurden erst 20 Jahre später zur Emotion „Erheiterung“ zusammengefasst.

„Witz“ am besten erforscht

Während vieles der vorwissenschaftlichen Literatur Eingang in die moderne Psychologie gefunden hat, sind Humor oder das Komische immer noch ein „wenig genutzter Steinbruch“. So ist das klassische Verständnis vom Sinn für Humor noch nicht in ein modernes Gewand gekleidet worden. Das „über sich selbst lachen können“ und „sich nicht so ernst nehmen“ wird in Abhandlungen gerne als Kern des Humors verstanden, doch in den „Sinn für Humor“ – Fragebögen, die in den 1980er Jahren aufkamen, wurde es jedoch kaum miteinbezogen. Dort wurde auf „viel lachen“ und „andere unterhalten“ fokussiert und minimal auf das „in sich hinein schmunzeln“. Dem Geist der 70er Jahre entsprechend wurde auch das Mögen unterschiedlicher Arten von Witzen und Cartoons als ästhetische Dimension des Humors über Tests erfasst: diese Operationalisierung von Humor zeichnet sich durch ihre theoretische Fundierung aus. Da der Witz weiterhin als die „Fruchtfliege“ der Humorforschung fungiert, ist hier die Theoriebildung am weitesten fortgeschritten.

Plädoyer für ein weiter gefasstes Humorverständnis

Obwohl die psychologische Erforschung des Humors in den letzten Jahrzehnten zugenommen hat, wurden die fundamentalen Fragen noch nicht geklärt. Es gibt nach wie vor keine einheitliche Terminologie: Humor wird gemeinhin als Sammelbegriff für alles Komische gesehen, das zum Lachen anregt. In diesem Sinne kann Humor produziert und aufgenommen werden. Er kann feindselig oder gutmütig sein und man kann ihn als Bewältigungsstrategie sehen. Dieser eher enge Humorbegriff ist meist an das Konzept „humor response“ gekoppelt, die Einschätzung davon, ob etwas lustig, komisch oder humorig ist. Dieses Verständnis kennzeichnet nicht den Umgang mit den Widrigkeiten des Lebens, sondern das genuin — oder unfreiwillig — Komische, über das man dann lacht. Ich möchte aber ein etwas weiteres Verständnis von Humor propagieren. In diesem Sinne hat Humor mit einem persönlichkeitsbedingten kognitiv-emotionalen Stil der Verarbeitung von Situationen bzw. des Lebens (der Welt im allgemeinen) zu tun, der charakterisiert ist durch die Fähigkeit, auch negativen Situationen (Gefahren, Ich-Bedrohungen etc.) positive Seiten

abzugewinnen, sich nicht aus der Ruhe bringen zu lassen, d.h. zumindest ansatzweise mit „Erheiterung“ zu reagieren.

Es fehlt eine „Landkarte des Humors“

Die Einführung des Periodensystems der Elemente hat für die Chemie großen Fortschritt gebracht, weil man ab da Ergebnisse unterschiedlicher Forschergruppen besser vergleichen konnte. Ähnlich kumulative Forschung ist in der Psychologie des Humors noch nicht möglich, da nicht nur die Terminologiefraße ungeklärt ist, sondern auch keine umfassende Landkarte des Humors existiert. Frühe lexikalische Studien verschiedener Sprachen von Schmidt-Hidding erbrachten vier Orientierungsworte im Bereich des Komischen: Humor, Spaß, Witz und Spott. Um diese häufigst vorkommenden Begriffe unterschiedlicher Bedeutung gruppieren sich verschiedene, seltener gebrauchte Satellitenworte, die das Feld mit definieren. Dies ist das lexikalische Feld der 60er Jahre, und man kann trotz fehlender aktueller Daten annehmen, dass die Orientierungsworte auch heute noch für wichtige Phänomene stehen. Tatsächlich muss aber festgehalten werden, dass Humor (in dem beschriebenen, weiteren Sinne) noch nicht operationalisiert ist, dass es zu Witz (haben, als kreative Leistung) kaum Forschung gibt und wenn ja, ist sie nicht an maximalem (Leistung), sondern typischem Verhalten (Persönlichkeit) orientiert; Spott und dessen Konsequenzen sind ebenfalls nur spärlich beschrieben.

»Die Angst vor dem Ausgelachtwerden ist in Großbritannien wesentlich größer als in Dänemark.«

Die Humorforschung hat sich primär mit den positiven Effekten des Humors und Lachens beschäftigt. Es gibt aber auch das Auslachen, Verspotten, Nicht-ernst-nehmen anderer. Satire und Auslachen können ja als Korrektiv für abweichendes Verhalten dienen: wenn jemand z.B. Meinungen vertritt, die naiv, eitel oder auf andere Weise unpassend sind, kann das Necken, Aufziehen, Bspötteln oder Auslachen die Funktion haben, andere – vielleicht durchaus wohlmeinend – zu korrigieren. Aber was passiert, wenn jemand wiederholte und gar traumatische Erlebnisse des Ausgelachtwerdens erlebt? Der klinische Psychologe Dr. Michael Titze hat diese Angst unter seinen Patienten gefunden und dafür den Begriff Gelotophobie (von gelos = Lachen und Phobia = Angst) geprägt und diese Angst, die sich teilweise mit der sozialen Phobie überlappt, ursprünglich genauer beschrieben. Wir haben diese Beobachtungen aufgenommen und im Labor untersucht und z.B. gefunden, dass gelotophobe Personen tatsächlich dazu tendieren, dem unbeschwert Fröhlichen im Lachen misstrauisch gegenüber zu stehen. Für sie scheint jedes Lachen ein bösesartiges Lachen zu sein, auch neckische, harmlos spielerische Situationen mit Lachen induzieren keine Freude oder Überraschung, sondern Scham und Angst. Das Studium von mehr als 100 Stichproben aus 73 Ländern mit insgesamt mehr als 23 000 Probanden erbrachte, dass die Angst vor dem Ausgelachtwerden weltweit existiert. Sie ist unabhängig vom Geschlecht. Sie ist vermutlich während der Kindheit und Adoleszenz höher, aber sie verändert sich über die Lebensspanne hinweg nur wenig. Die einzelnen Länder variieren dabei beträchtlich. Die bisher veröffentlichten Länderergebnisse zeigen eine Spanne von ca. 2 Prozent (Dänemark) bis über 13 Prozent (England) für zumindest leichtere Ausprägungen der Angst. Zwei Faktoren sind dem Soziologen Christie Davies zufolge für die nationalen Unterschiede von Bedeutung: 1. wie hierarchisch ein Land gegliedert ist und 2. wie sehr Satire, Spott und Auslachen als Mittel des sozialen Korrigierens angewendet werden. Dies würde auch die geringen Werte für die Schweiz (fünf bis sieben Prozent) in allen drei Sprachregionen erklären, da das direkte Auslachen wie auch in Dänemark eher unüblich und verpönt ist. Der schwarze englische Humor zusammen mit seiner großen Tradition in der Satire könnte die Ergebnisse Grossbritanniens erklären – und zeigen, dass auch ein gut entwickelter Sinn für Humor offensichtlich kein Schutz vor der Angst vor dem Ausgelachtwerden ist. Ein respektvoller Umgang mit Mitmenschen ist wohl ein Faktor, dieser muss aber erst untersucht werden. Es ist wiederum auch zu fragen, ob eine Gesellschaft gänzlich ohne Satire, Spott und Auslachen gut funktioniert. Die Frage bleibt dann ja, welche anderen Mechanismen der sozialen Korrektur angewendet werden.

Die persönliche Art des Umgangs mit einem Witz

Der Versuch der Klassifikation von Witzen und Cartoons erbrachte, dass nicht wie landläufig angenommen die Inhalte (also geiziger Schotte, dumme Blondine, vergesslicher Professor) allein ausschlaggebend sind, sondern dass die Struktur der Witze und Cartoons ebenfalls

eine Rolle spielen. Bei Letzterem ist die persönliche Art des (spielerischen) Umgangs mit Inkongruenz, oder allgemeiner gesprochen, mit Informationshaltigkeit versus Redundanz von Bedeutung. Es zeigte sich, dass zwei Kategorien von Witzen und Cartoons existieren, die mehr durch die Ähnlichkeiten in der kognitiven Verarbeitung charakterisiert sind. Ein Beispiel: Ein Mann kommt mit seiner Tochter zum Psychiater: „Herr Doktor, Sie müssen uns helfen! Meine Tochter glaubt, sie ist ein Huhn.“ – „Wie lange hat sie das schon?“ – „Drei Jahre.“ – „Wieso kommen Sie denn erst jetzt?“ – „Weil wir die Eier brauchten!“ Dieser Witz hat eine „Inkongruenz-Lösungs-Struktur,“ bei der der Rezipient eine Inkongruenz entdeckt, d.h. eine Information, die mit dem vorherigen Text zunächst nicht kompatibel erscheint bzw. nicht aus diesem logisch resultiert. Der Mann ist überrascht und bemüht sich, diese Regel aufzulösen. Dies gelingt, indem man z.B. die bisherige Information nach Doppeldeutigkeiten durchsucht und damit die Pointe mit dem vorigen Text wieder stimmig macht, damit wird die Inkongruenz „gelöst“. „Die Eier gebrauchen zu können“ ist kein erwartetes Ende, zumal es sich ja um eine Einbildung zu handeln scheint. Erwartet worden wäre eine Endung, die das lange Warten vernünftig erklärt. Die tatsächliche Endung ist dann aber „logisch,“ wenn man akzeptiert, dass es eben keine Einbildung ist, und Mädchen, die sich einbilden, ein Huhn zu sein – zumindest im Witz – auch tatsächlich Eier legen können. Witze dieser Kategorie haben gemeinsam, dass der Rezipient das Gefühl hat, den Witz „verstanden“ zu haben, d.h. aus der Pointe Sinn gemacht zu haben (wie immer er es auch tut). Personen, die diese Art von Komik mögen, scheinen auch sonst Uneindeutigkeit vermeiden und Sinn bevorzugen zu wollen. Studien belegen, dass diese auch in anderen Bereichen des ästhetischen Empfindens Einfachheit präferieren und Komplexität vermeiden. Sie bevorzugen beispielsweise einfache Strichzeichnungen, gegenständliche Bilder mit wenig Details und einfachere harmonische populäre Musik. Sie präferieren ein „schwarz oder weiß“ und vermeiden die Grautöne, lieben Ordnung, sind auch für höhere Strafen bei Regelverletzungen und haben eher eine konservative Einstellung. Dem gegenüber steht der Nonsens-Humor, wie beispielsweise die Monty Python-Sketches oder die Cartoons von Robert Gernhardt, der meist höhere Inkongruenz aufweist und vor allem nur teilweise auflösbar ist. Es ist gerade diese verbleibende Ungereimtheit, die den Reiz von absurdem Humor und das Mögen von Nonsens ausmacht. Sie geht allgemein mit dem Mögen von Komplexität in Musik (Klassik, Jazz), in der Bildenden Kunst (abstrakte, phantastische Malerei) und auch der Verfremdung in der Literatur (groteske Texte) einher. Diese Personen können Asymmetrie und Ungereimtheit genießen, sind im Allgemeinen auf neue Erfahrungen aus und schätzen ein anregungsreiches Leben. Goethe hatte recht: „Durch nichts bezeichnen die Menschen mehr ihren Charakter als durch das, was sie lächerlich finden.“

Man hat ihn oder eben nicht?

Ein Dogma aus dem Alltag haben wir gerade erst an der Universität Zürich untersucht. Im Allgemeinen wird angenommen, dass man Humor „hat“ oder eben nicht. Humor wäre ein Zeichen menschlicher Reife, vielleicht geprägt durch voriges Leiden oder Lebenserfahrung. Paul McGhee hingegen ist der Meinung, dass der Sinn für Humor durch ein Wiederbeleben der spielerischen Seite und durch das Vermitteln von Humorskills (z.B. Erzeugung von Erheiterung wie Über- oder Untertreibung) „trainierbar“ ist. Sein Acht-Stufen-Training ist zwar wissenschaftlich fundiert, aber noch nicht belegt. Mit mehreren Gruppen (und mit Plazebokontrolle) wurden Erwachsene über acht Doppelstunden hinweg zwischen den einfachen Stufen (Erkenne deinen Humor) zu den schwierigen Stufen (Über sich lachen können, Humor unter Stress) begleitet, und ein Teil davon hatte auch weitere Aufgaben wie z.B. das Führen eines Humortagebuches. Vor dem Training, nach dem Training und nach einer Warteperiode wurde der Sinn für Humor der Probanden über Tests und Fragebögen (Selbst- und Fremdeinschätzung) erfasst. Es zeigten sich bei den Trainingsgruppen merkliche Anstiege im Humor, die auch bei den Nacherhebungen feststellbar waren. Sie hatten auch eine höhere allgemeine Lebenszufriedenheit. Die aktuellen Daten erlauben eine Schlussfolgerung zur Kausalrichtung. Humor kann die Lebenszufriedenheit erhöhen.

Weiterführende Literatur: Ruch, W. (Ed.) (2007) The sense of humor: Explorations of a personality characteristic. Berlin: Mouton de Gruyter.